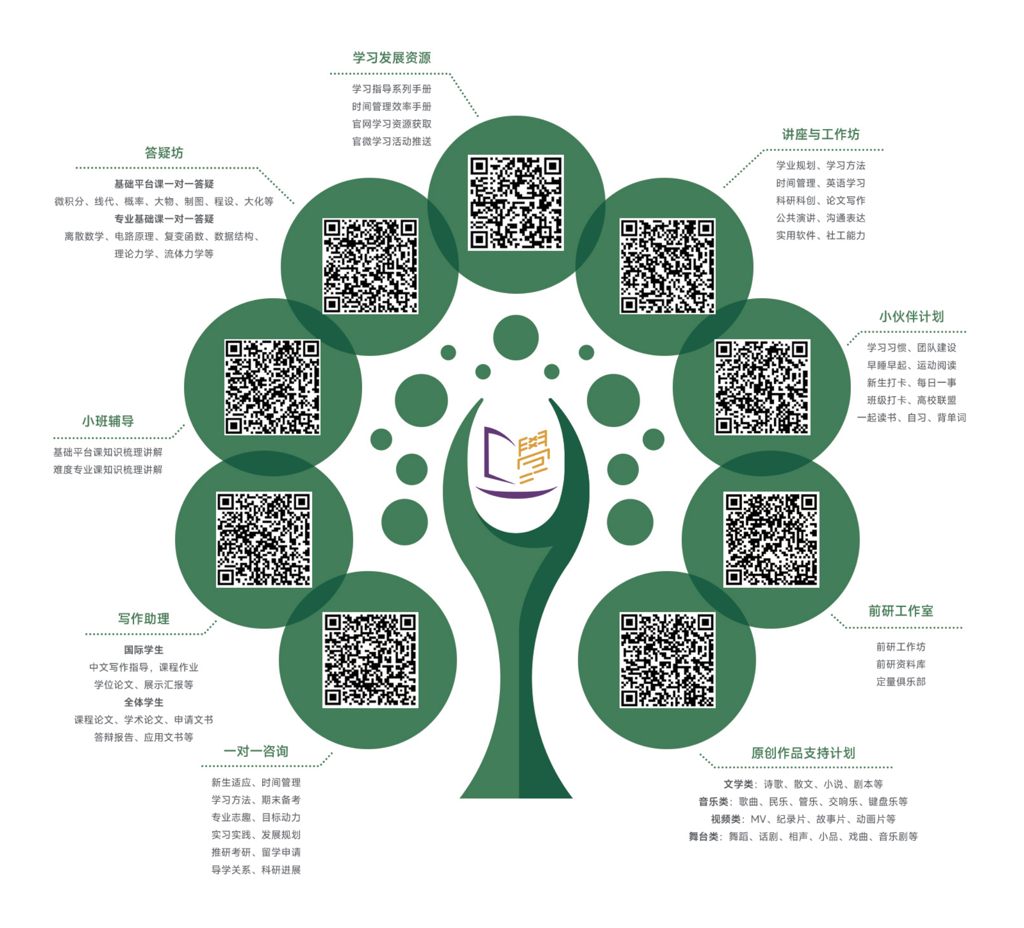
清华大学学生学习与发展指导中心

中心成立于2009年11月，旨在有针对性地解决学生学习与发展问题，为学生学习与发展提供专业化的指导、咨询和支持，拓展学生学习与发展能力，服务学生成长成才。




官方网站二维码


微信公众号:乐学


B站账号二维码

清华大学学生学习与发展指导中心
地址：清华大学紫荆C楼407
电话：010-62792453
邮箱：learning@tsinghua.edu.cn
网站：http://learning.tsinghua.edu.cn

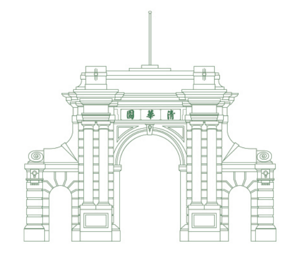
清华大学学生学习与发展指导中心
Center for Student Learning and Development, Tsinghua University

有效学习指导系列手册

专业阅读管理



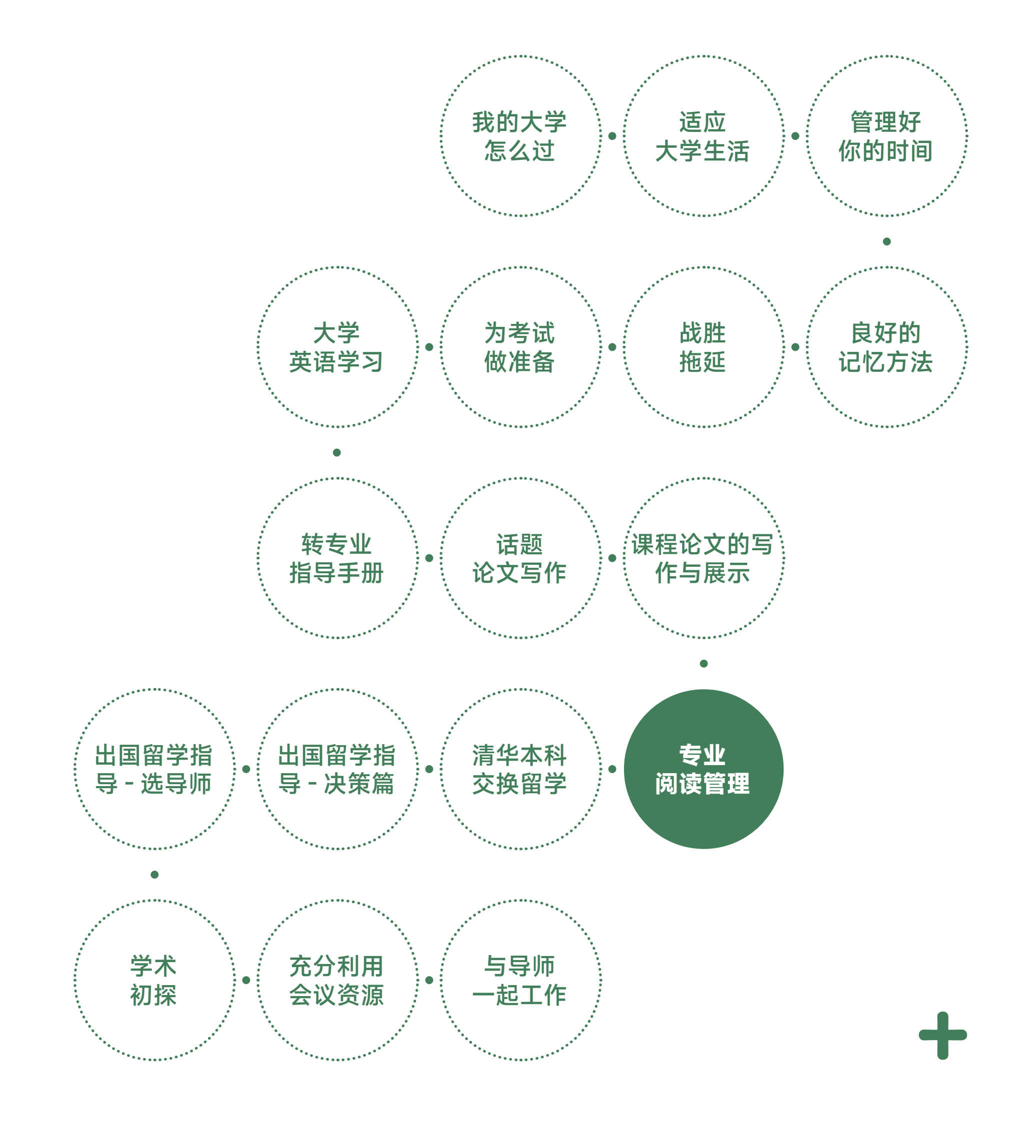




2023.12

有效学习指导系列手册

11



CONTENT
目录

专业
阅读管理



01 明确阅读目的

首先，我们需要明确阅读目的，即想通过阅读收获什么，方可有的放矢选择相应的阅读材料、选取合适的阅读方式，以及使用不同的阅读技巧。若只是出于兴趣，欲了解相关问题背景，泛读即可；若为论文写作、科研课题等目标的阅读，则需选择性聚焦与写作、科研主题密切相关的内容，泛读与精读结合。此处以后者为主。注意不要偏题，否则你将浪费大量时间做无用功。



02 如何选择阅读材料

受时间和资料可得性的制约，我们常常只能选择性地阅读相关材料，难以穷尽。因此，要学会判断参考书的价值和甄选文献。

● 怎样判断一本书是否有参考价值

- 看作者姓名，书刊的标题和日期，注意相关性和时效性。
- 看书籍封皮上的简介，或编辑引言，判断相关性。
- 看目录页，判断它是否包含你想要的内容，内容量是否合适，话题相关的页数会不会太多或者太少？
- 通过引言，了解作者的思想方法。
- 查找索引中的一个条目（最好是你有所了解的），通读一两段文字来了解作者是怎样组织材料的。
- 浏览参考文献索引，看作者的资料来源分布。
- 判断书中的例子、说明、图表是否切合你的目的，并且容易理解。

● 怎样从海量信息中甄选文献

- 阅读文献摘要，或概要，判断是否相关。
- 浏览结论，或通过小标题，粗略浏览讨论部分。看是否与话题相关，是否值得仔细阅读。

- 仔细阅读引言，它是否有效概括了这个领域的研究，是否提供了有用文献综述。
- 如果时间紧迫，只需阅读满足下列任一条件的文章全文：

  ·对后来的工作有启迪引导作用的开山之作。

  ·与你课题高度相关。

  ·你有可能从中获得灵感。

  ·其他资料均不可得，是目前你唯一的选择，那就充分利用它。

  ·文章太精彩，以至于爱不释手。



03 如何确定阅读书目

01 请教导师，请求指导如何着手。

02 寻找专业、权威的教材。

03 通过图书馆库存系统进行检索。

04 上网搜索，同时注意：不要扯开话题并且留意网络资源的可靠性。

05 使用百科全书，或者该学科专业辞典。

06 在图书馆相关学科书架上随意翻阅，寻找相关话题。

Search



04 如何选择阅读数量

• 完成任务究竟需要多少阅读量？ 谁也无法给出精确的数目，关键在于项目进度的把控和管理。且相同时间条件下，你的资料质量和你利用资料的程度远比资料的数量重要。



• 仅仅依赖一两篇文献往往难以成就高质量研究，一方面会因为阅读面窄，难以全面了解前沿问题，做出创新；另一方面会因为视角单一，难以进行辩证思考，因而观点很有可能是片面的。

• 盲目无限量扩大阅读量，将全部材料都看一遍，并且统统揉到你的工作中，同样不见得有效，且不现实。如果这样，你的思考很有可能会淹没在大量的阅读中。

• 最好的方法是：有策略地阅读，识别出你需要发现什么，关注什么，以及从哪里找到这些信息。而后从容地阅读，边读边思考，可以帮助更清晰地理解阅读材料。确保你完全理解它在讲什么，而不是用大量的阅读材料把自己搞晕。

05 如何应对材料匮乏

01 寻找替代品，可查阅原本要找的书所在学科的相关书目。

02 不外借资料，尝试预约馆内阅读，如果允许，可复印相关页面。

03 查找相关期刊，由于期刊只能出借一天，所以在架上的可能性大于一般图书。也可以看看，是否有期刊的电子资源。

04 尝试在系内图书馆淘宝，或许会保存有你想要之书的影印版。

05 充分利用网上资源，不过需留意是否适用于学术目的。

06 充分发动人际关系力量，四处打听看周围的同学是否有相应书籍资料。可以短借并复印需要的部分，并速还。



06 主动并创造性阅读

始终关注你的阅读目标。一个不错的方法是不停地问问题，试着进行主动性和创造性的阅读。下面是一些共性的问题供你参考，当然，你能想出和自己话题相关的问题会更好！

收集信息

- 我想获得哪方面的信息？
- 这篇文献的中心思想是什么？
- 从这些现象中可以得出什么结论？
- 这项研究中主要的发现是什么？

质疑著作

- 举证中有哪些错误或者局限？
- 这一理论能否被推翻？
- 哪些实例指向理论的反面？
- 你预想下一步的工作是什么？
- 你想问作者什么问题？



形成观点

- 这一理论与我自己的理论契合程度怎样？
- 这一理论与我的理论的对立面的切合程度怎样？
- 我自己的理论是否仍然站得住脚？
- 我同意这个理论吗？



07 选择使用阅读技巧

你的阅读速度一般受你的思考速度所限。如果概念或者信息需要理解，那最好慢慢读。选择阅读技巧也要依据阅读目的，通常我们会有以下阅读目的：

- 欣赏语言或者所叙述的故事。
- 搜集信息或增加想法的来源。
- 了解某个课题的研究范围——讲座、研习班或研究项目开始之前。
- 比较不同研究者或作者的理论或方法。
- 为某项具体的工作，比如话题论文、学位论文等。

始终牢记你的目标。大多数阅读需要多种技巧，比如在寻找关键段落时可以扫描，而之后则需要深思熟虑的阅读状态。

● 阅读技巧——扫描

在搜索某个具体信息或者考察某个段落是否与你的研究主题相关时，这种技巧非常合适：

- 在索引中查找某个词或者话题或者寻找最有可能含有所需信息的章节。
- 拿一支铅笔，指在那一页上，一行一行搜索你的关键词。

● 阅读技巧——跳读

在快速通读，熟悉章节或文章，了解全书（文）结构以便后续做摘记等方面非常有用。

- 不要每词都读。
- 阅读概述、标题和副标题。
- 读每段话的第一句，了解段落大意。
- 如果材料非常有用，或引人入胜，判断它究竟只需要你读几个相关部分还是需要全篇读下来。

● 阅读技巧——深思熟虑式或批判性阅读

对于你掌握知识、形成个人观点非常有益。

- 思考你想要回答的问题。
- 寻找答案时“主动式”地阅读。
- 发掘章节结构，或者作者提供的任何其他“地图”中的暗示。
- 对于任何论证过程，都要坚持理清它的结构：主要论点；分论点；理由、条件、证据、例子……
- 寻找“路标”（指示文章结构的句子或短语）。例如：“有三个主要原因，首先……其次……第三……”或者强调主要观点，比如“最重要的是……”“概括地说……”
- 连词往往提示了论证的步骤，如：但是、另一方面、此外等。
- 当阅读大量文献后，可做个简短摘记。记得注明页码和完整的参考文献信息（作者、标题、日期、期刊 / 出版社等等））。
- 最后，把书丢开，浏览摘记，确保它准确反映主要内容。
- 扪心自问，这部分阅读对于你的知识有怎样的帮助，有助于你完成话题论文的论证吗，你是否同意文献中的论证、研究方法、证据……？
- 添加上你自己的想法，用【】或其他颜色等，标记这是自己的想法。

● 阅读技巧——快速阅读

扫描和跳读时适用。不过不要过分关注速度而影响了你的理解。高速阅读不适合深思熟虑式或者批判性的阅读。

• 如果你的阅读速度慢得让你担忧，检查一下你是否在念词，这会影响你的速度。

• 不要盯着单个的词看，让你的眼睛沿着文字的排列方向扫视，每隔三个词停顿一下。加强练习，然后慢慢增加中间间隔的词数，直到每读一行你只需要停 4 次，3 次……

• 熟能生巧，阅读也一样，读得多了，你会对专业词汇、学术语言越来越熟悉，阅读理论和概念性的文章难度也会逐渐降低。所以，加强练习吧！

